

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

УДК 378.4:614.2

МОТИВАЦИОННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕМУ ПОВЕДЕНИЮ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

Алферова М.В.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Введение. Проблема сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи сложна и многогранна. В настоящее на высшую школу возлагаются задачи воспитания и развития соответствующей мотивации приверженности к ведению здорового образа жизни (ЗОЖ), поскольку от успешности формирования и закрепления навыков ЗОЖ в молодом возрасте зависит благополучие человека на всем протяжении его жизненного пути [1]. Привитие навыков здоровьесберегающего поведения в студенческой среде, необходимо начинать с формирования положительных установок и мотивации по отношению к здоровью, поскольку, чем раньше у индивида сформируется осознанная необходимость заботиться о своем здоровье, тем здоровее будет каждый человек и общество в целом [2].

Цель исследования – изучение мотивационной направленности на здоровьесберегающее поведение среди студентов-медиков.

Материал и методы: аналитический, социологический и математико-статистический методы.

Результаты и обсуждение. Сохранение и укрепление здоровья в период обучения в медицинском вузе является актуальной как для студентов, так и преподавателей университета. Решение этой задачи достигается комплексом организационных мероприятий кафедры общественного здоровья и здравоохранения с курсом ФПК и ПК: формированием позитивного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, приверженности к ЗОЖ, информированием о возможных последствиях вредных привычек, просветительской деятельностью и другими формами образовательных технологий [3]. С целью оценки качественных характеристик деятельности кафедры по данному направлению работы, проведен анализ личностного отношения к ЗОЖ и мотивационных составляющих здоровьесбережения в студенческой среде. Респондентами выступили студенты 4 курса лечебного факультета УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет» в количестве 338 человек.

Результаты опроса показывают, что студенты понимают значимость образа жизни в сохранении и укреплении здоровья, полагая, что здоровье зависит, прежде всего, от самого человека. Подавляющее большинство (88,16 %) молодых людей, как юношей, так и девушек, придерживаются ЗОЖ. Таким образом, мотивационная направленность на сохранение и укрепление здоровья среди студентов медицинского университета приобретает статус приоритетного направления. Анализ приверженности к ЗОЖ в студенческой среде с учетом гендерных характеристик приведен в таблице 1.

Таблица 1 – Приверженность к ЗОЖ студентов лечебного факультета.

Соблюдаете ли Вы ЗОЖ	Девушки		Юноши		Оба пола	
	абс	%	абс	%	абс	%
Да	232	91,70	66	77,65	298	88,16
Нет	21	8,30	19	22,35	40	11,84
Всего опрошенных	253	100	85	100	338	100

Установлены различия в мотивационной направленности к ЗОЖ среди мужчин и женщин. Респонденты женского пола среди ведущих мотивов приверженности к ЗОЖ отметили: 1 – сохранение и укрепление здоровья; 2 – поддержание молодости, красоты и тела; 3 – хорошее самочувствие. Ранжирование мотивов приверженности ЗОЖ в порядке приоритетов среди мужчин распределились следующим образом: 1-е ранговое место – сохранение и укрепление здоровья и хорошее самочувствие; 2 – продолжительность жизни и активное долголетие; 3 – снижение риска развития хронических заболеваний (профилактика заболеваний) и поддержание красивого телосложения (таблица 2).

Таблица 2 – Мотивы приверженности к ЗОЖ в студенческой среде

№ п/п	Мотивы приверженности к ЗОЖ	Частота упоминаний	
		Девушки	Юноши
1.	Сохранение укрепление здоровья	136	26
2.	Сохранение молодости (красоты и тела)	74	11
3.	Хорошее самочувствие	66	26
4.	Профилактика заболеваний	53	11
5.	Активное долголетие	45	15
6.	Здоровая семья (ребенок)	40	6
7.	Будущее нации (пример для подражания)	29	8
8.	Самосовершенствование	21	7
9.	Нет мотивов	1	3

Осознание индивидуальной ценности здоровья определяет мотивацию и направленность действий человека на здоровьесбережение. Результаты ответов респондентов свидетельствуют о том, что большинство юношей и девушек выражают солидарность в предпринимаемых действиях по соблюдению ЗОЖ. Ранжирование конкретных действий, направленных на сохранение здоровья в порядке значимости распределились следующим образом: 1- придерживаются принципов рационального питания; 2 – отказ от вредных привычек; 3 – физическая активность; 4 – соблюдение режима труда и отдыха; 5 – занятия спортом (таблица 3).

Таблица 3 – Приоритет действий по соблюдению ЗОЖ в студенческой среде

№ п/п	Перечень действий по соблюдению ЗОЖ	Частота упоминаний	
		Девушки	Юноши
1.	Правильное питание	194	46
2.	Отказ от вредных привычек	150	40
3.	Физическая активность	144	38
4.	Режим сна (режим труда и отдыха)	92	18
5.	Занятия спортом (тренажерный зал, фитнес)	68	16
6.	Прогулки на свежем воздухе	67	16
7.	Позитивный настрой (нет стрессу)	32	4
8.	Водно-питьевой баланс	30	3
9.	Плавание, велопрогулки	29	11
10.	Профессиональное занятие спортом	12	5
11.	Закаливание йога медитация	10	9
12.	Регулярный профосмотр	3	0
13.	Не предпринимаю никаких действий	1	3

Несмотря на активность и разнообразие предпринимаемых действий, лишь незначительный процент респондентов женского пола (3,95%) отметили значимость и

важность прохождения профилактических осмотров и постоянного мониторинга своего здоровья; среди юношей никто не выделил данный фактор среди предпринимаемых действий.

Выводы.

1. Образовательная среда кафедры общественного здоровья и здравоохранения с курсом ФПК и ПК направлена на формирование установок и мотивов, способствующих здоровому образу жизни, жизненного приоритета здоровья, обучению методам, средствам и способам сохранения здоровья.

2. Здоровый образ жизни является субъективно-значимой категорией, которая зависит от осознанного и ответственного отношения молодежи к своему здоровью.

3. Подавляющее большинство опрошенных студентов осознают значимость образа жизни в сохранении и укреплении здоровья, считая его ресурсом активной и полноценной жизни.

Литература:

1. Мониторинг ценностных характеристик здорового образа жизни студентов первого курса медицинского университета / В.С. Глушанко, М.В. Алферова, Т.В. Колосова, О.Н.Тенюшко // Достижения фундаментальной, клинической медицины и фармации: материалы 74 науч. сессии сотрудников ун-та, Витебск, 23–24 янв. 2019 г. / Витеб. гос. мед. ун-т. ; под ред. А.Т. Щастного. – Витебск, 2019. – С. 488–490.

2. Глушанко, В. С., Позитивное и ответственные отношения к своему здоровью как фактор приоритетности здорового образа жизни / Глушанко В. С., Алферова М. В., Орехова Л. И. // Материалы 72 науч. сессии сотрудников ун-та, 25 января - 26 января 2017 г.; редсовет: В.И. Петухов [и др.]. – Витебск, 2017. – С. 507–509.

3. Глушанко, В.С. Использование новых интерактивных форм по популяризации здорового образа жизни среди населения и формирования культуры здоровья / В.С. Глушанко, М.В. Алферова, О.Н. Тенюшко // Инновационные обучающие технологии в медицине : материалы Респ. науч.-практ. конф. с междунар. участием», Витебск, 2 июня 2017 г. ; редсовет: А.Т. Щастный [и др.]. – Витебск, 2017. – 1 электронный диск (CD-R). – С. 160–166.

УДК 614.2

МОТИВАЦИЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ КАК ФАКТОР ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ И УСПЕХА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Алферова М.В., Колосова Т.В., Шевцова В.В.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Введение. В настоящее время проблема становления высококвалифицированных специалистов приобретает большее значение. Современное общество предъявляет к выпускникам университета особые требования, среди которых ведущее место занимают высокий профессионализм и деловая активность [1]. Выбор профессии представляет собой сложный процесс, поскольку профессиональная деятельность в жизни человека является базисом в обеспечении его жизненных притязаний, самореализации и самоутверждения. Правильный выбор профессии – один из значимых факторов успешности в жизни человека. В связи с этим, проблема формирования мотивации выбора профессии является неотъемлемой частью развития склонностей, интересов и профессионализма личности, его удовлетворенности профессией в будущем [2].

Цель исследования - изучение мотивационных установок (мотивации) выбора профессии студентами медицинского университета как фактора привлекательности и успешности профессионального становления и развития.